I Grilli

Ieri sera mentre ero a letto in attesa di addormentarmi, sentivo la voce dell'attaccamento dello spirito che chiacchierava via, proprio come faccio ogni notte. Questa è diventata una routine da quando tutta questa situazione è iniziata per me nel 2015. In alcune notti è più un disturbo di altre, ma la voce è sempre lì the la voce femminile che è stata “la voce principale " che ho sentito fin dall'inizio. Riflettendo un momento qui, direi che se all'improvviso, una sera, andassi a letto e non sentissi la sua voce. mi sembrerebbe molto strano, così diverso, così fuori luogo. Ecco come la routine sentire la sua voce ogni notte è diventata per me.

Ieri sera, quando sono andato a letto, la sua voce non era piu ' forte di quanto lo sia spesso. La sua voce non diceva nulla di più crudele, inquietante or o più interessante per quella materia, di quanto spesso sento da lei. Infatti, è spesso il caso che non riesco nemmeno a ricordare la mattina dopo quello che stavo sentendo questa voce dire. Credo che questo sia forse perché sto semplicemente sentendo questa voce dire troppo chat è solo costantemente chiacchierando...Non potrei conservare tutto nella mia memoria anche se volessi, e non voglio.

Con grande beneficio per me stesso, direi che sono diventato abbastanza abile nel guadagnare la capacità di lasciare che ciò che questa voce dice passi dalla mia memoria molto rapidamente.... per la maggior parte che è. Questo non è sempre il caso però. A volte questa voce dirà qualcosa di diverso, qualcosa di nuovo, qualcosa di unico, qualcosa che non ho mai sentito dire prima. A volte questa voce dirà qualcosa che mi fa pensare per un po', contemplando cosa significasse una particolare affermazione. Cerco di non farlo. So che non dovrei farlo, perché sono caduto in così tante trappole per quanto riguarda i giochi mentali subdoli prima. Ho avuto il tappeto tirato fuori da sotto i miei piedi tante volte prima. Eppure ogni tanto, sentirò questa voce femminile (la voce principale) dire qualcosa di molto diverso-qualcosa di molto interessante, e non posso fare a meno di pensarci-per riflettere su di esso per un po'. Non direi che questo accade frequentemente, ma succede di tanto in tanto.

Ho solo bisogno di guardare indietro e ricordare il cattivo stato in cui mi trovavo.. la brutta situazione in cui mi trovavo back all'inizio, quando ero molto vulnerabile alle cose che sentivo dalle voci....e questa voce in particolare. Questo è quando mi hanno davvero messo in un brutto posto, quando quello che mi stavano dicendo - il contenuto di esso, stava avendo un impatto significativo su di me - se stava instillando paura.. ansia.. o semplicemente confusione.

Quando la situazione è iniziata ad un livello estremo, ero molto accecato. Non sapevo cosa stesse succedendo. Non sapevo cosa credere e cosa non credere. Col tempo, solo attraverso l'osservazione, mi è diventato ovvio che queste voci non si attenevano alla stessa storia. Sembravano avere così tante storie, ma non erano coerenti con loro. Le loro storie si contraddicevano a vicenda, tanto che divenne ovvio che non erano sinceri con me...at almeno non completamente. È diventato ovvio per me che la migliore linea d'azione sarebbe quella di

considerare semplicemente tutto ciò che ho sentito da loro con sospetto fin dall'inizio, di prendere tutto con un grano di sale. Questo ha funzionato bene per me finora.

Ieri sera, mentre ero a letto nella mia stanza buia, sentivo i grilli cinguettare fuori. Mi sono ritrovato a sintonizzarmi e ad ascoltare intensamente i grilli. Sembrava come se fossero appena oltre la finestra della mia camera da letto. Poi li ho sintonizzati e ho sentito di nuovo la voce femminile dell'attaccamento dello spirito. Poi mi sono sintonizzato di nuovo ai grilli e la voce dello spirito svanì. Ero stupito di come sono stato in grado di fare this...to basta sintonizzarsi per sentire uno e poi sintonizzarsi per sentire l " altro. Per così tanto tempo ho fatto affidamento sul prendere qualcosa di notte per aiutarmi a dormire. Dovevo farlo? Per tutto questo tempo sono stato semplicemente in grado di sintonizzare il mio udito per i grilli là fuori nella notte, appena oltre la finestra della mia camera da letto? Naturalmente questo potrebbe non aver funzionato in determinati periodi dell'anno. Eppure, anche se avesse funzionato solo per una parte dell'anno, sarebbe stato significativo.

Bene, è stata solo una notte di sperimentazione con questo finora, quindi ho intenzione di provare di nuovo stasera e molte notti a venire per un po'. Credo di aver scoperto qualcosa. Se ho ragione, allora sicuramente tornerò e scriverò di più su questo in dettaglio, in modo che altri che vivono circostanze simili possano beneficiare di questo metodo di trovare la pace di notte tra le intrusioni di voci provenienti da oltre il nostro mondo.

24 Settembre 2022